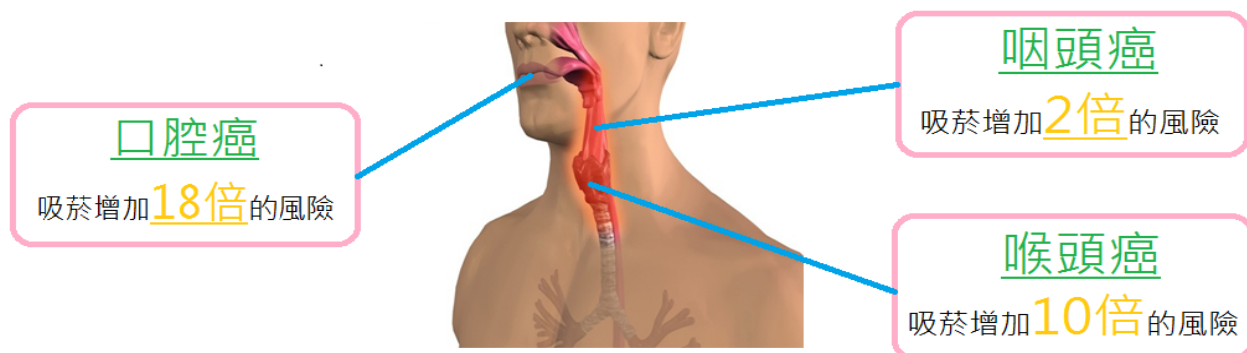


別讓香菸傷害你的咽喉

你吸菸嗎?你知道吸菸對你的咽喉有多大的傷害嗎?香菸燃燒後會產生超過 7000 多種物質，其中有 70 種具有致癌性，這些致癌物質首先傷害到的就是嘴巴及咽喉。根據世界衛生組織統計每年全球平均有 600 萬人死於菸害，平均每 6 秒即有 1 人死於菸害，使用菸品者平均壽命減少約 15 年；事實上，吸菸幾乎傷害身體的每個器官，甚至引發慢性病疾病加重或控制困難，即使不直接造成死亡，對於生活品質也多少會有影響，例如：呼吸困難、工作不便等。事實上，吸菸很可能就是導致您罹患咽頭癌、口腔癌的兇手!研究指出，吸菸者罹患咽頭癌、口腔癌等癌症的危險性是非吸菸者的好幾倍!不戒菸的話，咽喉會不斷受到香菸的傷害，甚至可能再罹患其他癌症!

吸菸會大幅增加罹患頭頸癌的風險



摘自衛生福利部國民健康署菸害防治資訊網

戒菸好處多

吸菸不光會引起口腔癌及咽頭癌，還會提高罹癌病人的死亡率。癌症病人的死亡原因有 30%與吸菸有關! 為了遠離香菸的危害，民眾應盡量避開吸菸區域，吸菸者也應避免在辦公室、家裡和車子裡等室內密閉空間抽菸，才不會對健康造成不可挽回的傷害。

提醒你，只要戒菸，就可為自己及家人的健康帶來多重好處!別再猶豫了，快快詢問醫護人員，讓專業的人員幫你戒菸吧!

戒菸門診表

11307

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	家醫科	家醫科	家醫科	家醫科、胸腔內科、	家醫科
下午	家醫科	家醫科		家醫科	家醫科
晚上	家醫科、心臟內科				

國軍左營總醫院護理部 關心您的健康